

大学课程

放松与冥想的神经生理基础



tech 科学技术大学

大学课程 放松与冥想的神经生理基础

- » 模式:在线
- » 时长: 6周
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

网页链接: www.techtitute.com/cn/medicine/postgraduate-certificate/neurophysiological-principles-relaxation-meditation

目录

01

介绍

4

02

目标

8

03

课程管理

12

04

结构和内容

18

05

方法

22

06

学位

30

01 介绍

持续练习瑜伽有利于预防受伤并避免筋膜功能障碍。因此，从健康领域来看，这种身体活动的练习被推荐作为补充治疗方法，这一点越来越普遍。在这方面，TECH设计了这个100%在线的学位课程，使学生在最严谨的科学方法下，使用最先进的教学材料，全面更新有关放松和冥想的神经生理基础。一个专注于瑜伽疗法的项目，由一位享有国际声誉的杰出导师主持，她将提供最新、最严谨的信息，基于最新的科学证据。这是世界上最大的在线大学提供的独特更新机会。





“

通过这个 100% 在线大学课程,了解放松与冥想的神经生理基础及其在治疗瑜伽领域的应用的最新信息”

当前不健康的生活方式增加了对放松与冥想的神经生理基础的伤害;然而,诸如瑜伽之类的身体活动练习非常有利于减轻疼痛。以及姿势矫正。传统疗法的替代方案,完美补充某些病症的治疗方法。

因此,许多医疗专业人员将这一学科纳入到某些患者的常规临床实践中。因此,这个为期6周的放松与冥想的神经生理基础大学学位诞生了。持续时间长,具有当前学术界最具创新性的教学内容。

该计划包括高级教学大纲和 大师班 由瑜伽界的一位顶尖教练授课。同样,借助多媒体教学资源、专业读物和案例研究,学生将能够更轻松地深入研究筋膜、筋膜链、主动和被动姿势以及主要的不平衡。

此外,通过再学习系统专注于关键内容的持续重申,毕业生将能够巩固所讨论的最重要的概念,并减少长时间的学习和记忆。

这是一个通过与最高责任兼容的优质大学学位进行更新过程的绝佳机会。学生只需要一个具有互联网连接的数字设备即可在一天中的任何时间查看虚拟平台上托管的教学大纲。与医疗行业专业人士的实际需求相符的学术选择。

这个**放松与冥想的神经生理基础大学课程**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是:

- ◆ 瑜伽专家提出的案例研究的发展
- ◆ 这个课程的内容图文并茂、示意性强、实用性强为那些视专业实践至关重要的学科提供了科学和实用的信息
- ◆ 可以进行自我评估过程的实践,以推进学习
- ◆ 特别强调创新方法论
- ◆ 提供理论课程、专家解答问题、有争议话题的讨论论坛以及个人思考作业等
- ◆ 可以从任何有互联网连接的固定或便携式设备上获取内容

“

这是一个学术选择,可以让您提高通过瑜伽诊断和治疗肌肉骨骼疾病的技能”

“

一项学术旅程, 将使您能够深入研究瑜伽的不同立场及其在放松和冥想的神经生理基础中的影响”

该计划的教学团队包括该领域的专业人士, 他们将在培训中分享他们的工作经验, 还有来自知名社会和著名大学的专家。

通过采用最新的教育技术制作的多媒体内容, 专业人士将能够进行情境化学习, 即通过模拟环境进行沉浸式培训, 以应对真实情况。

这个课程的设计侧重于基于问题的学习, 通过这种方式, 专业人员必须尝试解决整个学年中出现的不同专业实践情况。为此, 您将得到由知名专家制作的新型交互式视频系统的帮助。

通过任何数字设备访问该大学学位提供的广泛教学资源库。

每当您想要深入了解机械感受器的类型及其在不同风格的瑜伽中的重要性时, 都可以深入了解。



02 目标

为了促进围绕放松与冥想的神经生理基础的更新过程,TECH提供最先进的教学资源,其中使用了应用于学术领域的最新技术。同样,该计划的理论实践方法将使医生能够将治疗性瑜伽作为治疗不同病症的补充疗法。



“

深入了解肌筋膜链上的
创新多媒体材料以及
任何具有互联网连接
的数字设备”



总体目标

- ◆ 从临床角度纳入正确发展和应用瑜伽治疗技术的必要知识和技能
- ◆ 创建一个以科学证据为基础设计的瑜伽方案
- ◆ 根据每个人的特点和受伤情况, 深入学习最适合的体式
- ◆ 深入研究生物力学及其在治疗瑜伽体式中的应用
- ◆ 描述瑜伽体位法如何适应每个人的病症
- ◆ 深化现有冥想和放松技巧的神经生理学基础

“

通过这个计划, 将最常见的姿势不平衡的纠正整合到您的治疗中”





具体目标

- 深入研究筋膜的历史和概念, 及其在瑜伽练习中的重要性
- 深入了解筋膜中不同类型的机械感受器, 以及如何将它们应用到不同的瑜伽风格中
- 指出有必要在瑜伽课程中使用筋膜一词, 以便更有效、更有意识地练习
- 探索 "张力团" 一词的起源和发展, 及其在瑜伽练习中的应用
- 确定不同的肌筋膜通路以及每条通路的具体姿势
- 在瑜伽练习中应用筋膜的生物力学, 提高活动能力、力量和柔韧性
- 确定主要的姿势失衡, 以及如何通过练习瑜伽和筋膜生物力学来纠正它们

03

课程管理

该学位的特色之一是其优秀的师资队伍,由在治疗瑜伽领域享有国内外声誉的专业人士组成。通过这种方式,TECH聚集了一支顶级团队,贡献了该领域的丰富知识,并提供了由最新科学证据支持的高质量教学大纲。此外,由于他们离得很近,学生将能够解决他们对这个课程内容的任何疑惑。





“

大学课程包括由在该领域
拥有丰富专业经验的国际
瑜伽教练授课的大师班”

国际客座董事

Dianne Galliano是Integral Yoga Institute纽约分部的教授总监兼培训主管,她在国际上是该领域最重要的人物之一她的学术重点主要是治疗瑜伽,教学和继续教育的记录时数超过6000小时。

因此,她一直在指导、制定培训协议和标准,并为整体瑜伽学院的导师提供继续教育。她还在其他机构担任治疗师和讲师,如 14TH Street Y、Integral Yoga Institute Wellness Spa 或教育联盟:平衡生活中心。

她的工作还包括创建和领导瑜伽课程、开发练习和评估可能出现的挑战。在她的职业生涯中,她接触过不同类型的人群,包括老年和中年男女、产前和产后人群、年轻人,甚至是有各种身心健康问题的退伍军人。

她曾为骨质疏松症患者、心脏手术后或乳腺癌术后恢复期患者、眩晕症患者、背痛患者、肠易激综合征患者和肥胖症患者提供治疗。她拥有多项认证,包括瑜伽联盟颁发的 E-RYT 500 认证、美国健康培训中心颁发的基本生命支持 (BLS) 认证以及体感运动中心颁发的运动教练认证。



Galliano, Dianne 女士

- 美国纽约整体瑜伽学院院长
- 14TH Street Y 的瑜伽治疗教练
- 纽约 Integral Yoga Institute Wellness Spa 的瑜伽治疗师
- 教育联盟的治疗讲师:平衡生活中心
- 纽约州立大学小学教育学士。
- 马里兰大学瑜伽治疗硕士学位

“

感谢 TECH, 你将能够与世界上最优秀的专业人士一起学习”

管理人员



Escalona García, Zoraida 女士

- 西班牙治疗瑜伽协会副主席
- Air Core 方法 (将 TRX 和/或功能训练与瑜伽相结合的课程) 的创始人
- 瑜伽治疗培训师
- 马德里康普顿斯大学免疫学研究硕士
- 马德里自治大学法医学硕士
- 获得墨西哥国立自治大学生物科学学位
- 渐进式阿斯汤加瑜伽教师、生理瑜伽、筋膜瑜伽、瑜伽与癌症课程
- 普拉提地板普拉提教练课程
- 植物疗法和营养学课程
- 冥想教师课程



“

一个独特、关键和决定性的经验,以促进你的职业发展”

04 结构和内容

该大学学位的课程将使毕业生沉浸在放松与冥想的神经生理基础中, 指导他们进行治疗性瑜伽。为期 6 周的学术之旅, 您将拥有基于多媒体药丸、专业阅读材料和案例研究的高质量教学工具。所有这些都可以通过任何具有互联网连接的数字设备全天 24 小时使用。



“

借助 TECH 使用的重新学习方法, 您将减少学习时间并以简单的方式巩固关键概念”

模块 1. 筋膜系统

- 1.1. 楣板
 - 1.1.1. 历史
 - 1.1.2. 筋膜对比肌腱
 - 1.1.3. 类型
 - 1.1.4. 职能
- 1.2. 机械感受器的类型及其在不同瑜伽风格中的重要性
 - 1.2.1. 重要性
 - 1.2.2. Golgi
 - 1.2.3. Paccini
 - 1.2.4. Ruffini
- 1.3. 肌筋膜链
 - 1.3.1. 定义
 - 1.3.2. 在瑜伽中的重要性
 - 1.3.3. 张拉结构概念
 - 1.3.4. 三个隔膜
- 1.4. LPS: 浅后防线
 - 1.4.1. 定义
 - 1.4.2. 解剖路径
 - 1.4.3. 被动姿势
 - 1.4.4. 积极的姿势
- 1.5. LAS: 浅前线
 - 1.5.1. 定义
 - 1.5.2. 解剖路径
 - 1.5.3. 被动姿势
 - 1.5.4. 积极的姿势
- 1.6. LL: 侧线
 - 1.6.1. 定义
 - 1.6.2. 解剖路径
 - 1.6.3. 被动姿势
 - 1.6.4. 积极的姿势





- 1.7. LE:螺旋线
 - 1.7.1. 定义
 - 1.7.2. 解剖路径
 - 1.7.3. 被动姿势
 - 1.7.4. 积极的姿势
- 1.8. 功能线
 - 1.8.1. 定义
 - 1.8.2. 解剖路径
 - 1.8.3. 被动姿势
 - 1.8.4. 积极的姿势
- 1.9. 线臂
 - 1.9.1. 定义
 - 1.9.2. 解剖路径
 - 1.9.3. 被动姿势
 - 1.9.4. 积极的姿势
- 1.10. 主要失衡
 - 1.10.1. 理想模式
 - 1.10.2. 屈伸组
 - 1.10.3. 开幕和闭幕小组
 - 1.10.4. 吸气和呼气模式

“

一门大学课程,将让您包含有关放松与冥想的神经生理基础及其在治疗性瑜伽中的应用的科学证据”

05 方法

这个培训计划提供了一种不同的学习方式。我们的方法是通过循环的学习模式发展起来的: **Re-learning**。

这个教学系统被世界上一些最著名的医学院所采用,并被**新英格兰医学杂志**等权威出版物认为是最有效的教学系统之一。



“

发现 Re-learning, 这个系统放弃了传统的线性学习, 带你体验循环教学系统: 这种学习方式已经证明了其巨大的有效性, 尤其是在需要记忆的科目中”

在TECH, 我们使用案例法

在特定情况下, 专业人士应该怎么做? 在整个课程中, 你将面对多个基于真实病人的模拟临床案例, 他们必须调查, 建立假设并最终解决问题。关于该方法的有效性, 有大量的科学证据。专业人员随着时间的推移, 学习得更好, 更快, 更持久。

和TECH, 你可以体验到一种正在动摇世界各地传统大学基础的学习方式。



根据Gérvás博士的说法, 临床病例是对一个病人或一组病人的注释性介绍, 它成为一个“案例”, 一个说明某些特殊临床内容的例子或模型, 因为它的教学效果或它的独特性或稀有性。至关重要的是, 案例要以当前的职业生活为基础, 试图重现专业医学实践中的实际问题。

“

你知道吗, 这种方法是1912年在哈佛大学为法律学生开发的? 案例法包括提出真实的复杂情况, 让他们做出决定并证明如何解决这些问题。1924年, 它被确立为哈佛大学的一种标准教学方法”

该方法的有效性由四个关键成果来证明:

1. 遵循这种方法的学生不仅实现了对概念的吸收, 而且还通过练习评估真实情况和应用知识来发展自己的心理能力。
2. 学习扎根于实践技能, 使学生能够更好地融入现实世界。
3. 由于使用了从现实中产生的情况, 思想和概念的吸收变得更容易和更有效。
4. 投入努力的效率感成为对学生的一个非常重要的刺激, 这转化为对学习的更大兴趣并增加学习时间。



Re-learning 方法

TECH有效地将案例研究方法方法与基于循环的100%在线学习系统相结合, 在每节课中结合了8个不同的教学元素。

我们用最好的100%在线教学方法加强案例研究: Re-learning。

专业人员将通过真实案例和在模拟学习环境中解决复杂情况进行学习。这些模拟情境是使用最先进的软件开发的, 以促进沉浸式学习。





处在世界教育学的前沿,按照西班牙语世界中最好的在线大学(哥伦比亚大学)的质量指标, Re-learning 方法成功地提高了完成学业的专业人员的整体满意度。

通过这种方法,我们已经培训了超过25000名医生,取得了空前的成功,在所有的临床专科手术中都是如此。所有这些都是在一个高要求的环境中进行的,大学学生的社会经济状况很好,平均年龄为43.5岁。

Re-learning 将使你的学习事半功倍,表现更出色,使你更多地参与到训练中,培养批判精神,捍卫论点和对比意见:直接等同于成功。

在我们的方案中,学习不是一个线性的过程,而是以螺旋式的方式发生(学习,解除学习,忘记和重新学习)。因此,我们将这些元素中的每一个都结合起来。

根据国际最高标准,我们的学习系统的总分是8.01分。

该方案提供了最好的教育材料,为专业人士做了充分准备:



学习材料

所有的教学内容都是由教授该课程的专家专门为该课程创作的,因此,教学的发展是具体的。

然后,这些内容被应用于视听格式,创造了TECH在线工作方法。所有这些,都是用最新的技术,提供最高质量的材料,供学生使用。



录像中的手术技术和程序

TECH使学生更接近最新的技术,最新的教育进展和当前医疗技术的最前沿。所有这些,都是以第一人称,以最严谨的态度进行解释和详细说明了,以促进学生的同化和理解。最重要的是,您可以想看几次就看几次。



互动式总结

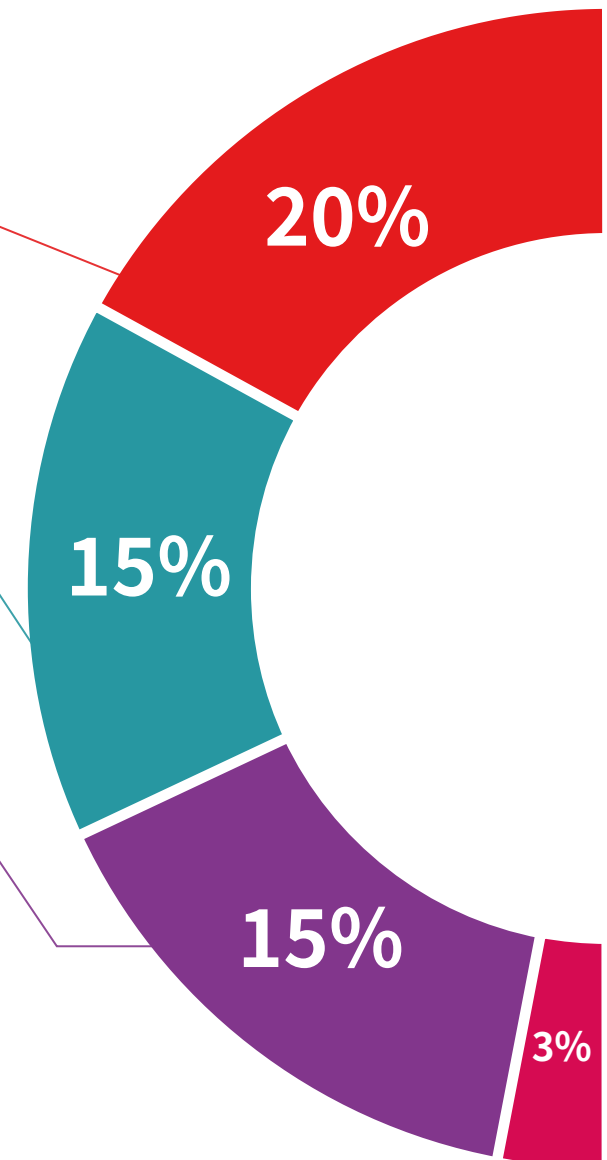
TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体丸中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。

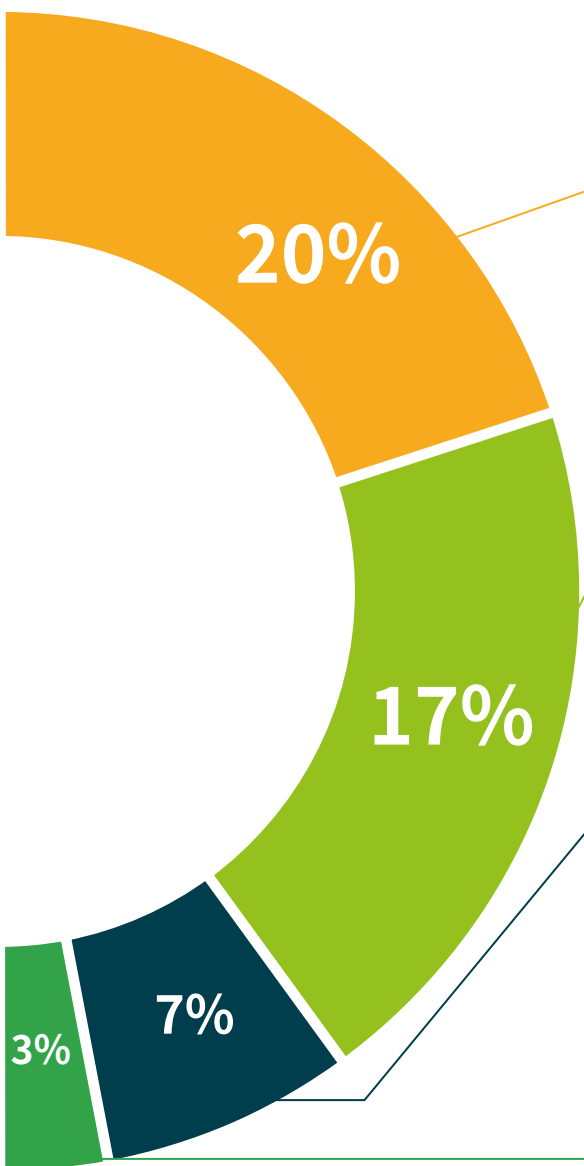
这个用于展示多媒体内容的独特教育系统被微软授予“欧洲成功案例”称号。



延伸阅读

最近的文章,共识文件和国际准则等。在TECH的虚拟图书馆里,学生可以获得他们完成培训所需的一切。





由专家主导和开发的案例分析

有效的学习必然是和背景联系的。因此, TECH将向您展示真实的案例发展, 在这些案例中, 专家将引导您注重发展和处理不同的情况: 这是一种清晰而直接的方式, 以达到最高程度的理解。



测试和循环测试

在整个课程中, 通过评估和自我评估活动和练习, 定期评估和重新评估学习者的知识: 通过这种方式, 学习者可以看到他/她是如何实现其目标的。



大师课程

有科学证据表明第三方专家观察的作用: 向专家学习可以加强知识和记忆, 并为未来的困难决策建立信心。



快速行动指南

TECH以工作表或快速行动指南的形式提供课程中最相关的内容。一种合成的, 实用的, 有效的帮助学生在学业上取得进步的方法。



06 学位

放松与冥想的神经生理基础大学课程除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由TECH科技大学颁发的大学课程学位证书。





顺利完成这个课程并
获得大学学位, 无需旅
行或通过繁琐的程序"

这个**放松与冥想的神经生理基础大学课程**包含了市场上最完整和最新的课程。

评估通过后, 学生将通过邮寄收到**TECH科技大学**颁发的相应的**大学课程学位**。

TECH科技大学颁发的证书将表达在大学课程获得的资格, 并将满足工作交流, 竞争性考试和专业职业评估委员会的普遍要求。

学位: **放松与冥想的神经生理基础大学课程**

模式: **在线**

时长: **6周**



健康 信心 未来 人 导师
教育 信息 教学
保证 资格认证 学习
机构 社区 科技 承诺
个性化的关注 现在 创新
知识 网页 质量
网上教室 发展 语言 机构

tech 科学技术大学

大学课程
放松与冥想的神经生理基础

- » 模式:在线
- » 时长: 6周
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

大学课程

放松与冥想的神经生理基础

